Rok XIV. Miejsce Piastowe, 15. Czerwca 1911 r. Nr. 6.

ORGAN TOWARZYSTWA

POWŚCIĄGLIWOŚĆ i PRACA

WYCHODZI RAZ NA MIESIĄC.

Prenumerata roczna wynosi:

W Austro-Węgrzech 1 kor. 20 h. | W Ameryce . . . . . ½ dolara
W Niemczech . . 1 mrk. 40 fen. | W innych krajach . . . 2 franki
W Królestwie Polskiem i Rosyi 75 kop.

Dla członków Towarzystwa „Powściągliwość i Praca“ za darmo.

Wszelkie przesyłki i listy pieniężne prosimy adresować:
Ks. BRONISŁAW MARKIEWICZ,
p. Miejsce Piastowe (Galicya, Austrya).



Św. Michał Arch.

O wytrwaniu w łasce Bożej.

(Rzecz wyjęta z dzieł św. Alfonsa Lig.)

Powiada św. Hieronim (w liście do Fur.), iż wielu zaczyna dobrze, ale mało jest takich, którzy trwają do końca w dobrem. A uczy Zbawiciel, iż ten tylko będzie zbawion, który wytrwa do końca (Mat. 24. 13.). I tak dobrze zaczął Saul, dobrze zaczął Judasz i dobrze zaczął Tertullian, lecz skończyli źle, ponieważ nie wytrwali w dobrem. A tymczasem od chrześcian domaga się Pan Bóg przedewszystkiem dobrego końca, bo ten tylko odbiera nagrodę. Wytrwanie jedynie będzie uwieńczone. Wytrwanie tedy jest jakby bramą do nieba. Kto więc nie znajdzie tej bramy wchodowej, nie wnidzie do królestwa niebieskiego.

Dobrze się stało, żeś pozbył się grzechów i masz nadzieję, że ci są odpuszczone, a przeto żeś tym sposobem znowu odzyskał przyjaźń Bożą, ale jeszcześ nie zbawiony. A kiedyż będziesz zbawiony? — Kiedy wytrwasz aż do końca.

Żeś rozpoczął na nowo dobry żywot, dziękuj za to Panu Bogu; ale pamiętaj sobie, iż nie temu obiecano dać nagrodę, który dobrze zaczął lecz temu kto wytrwał.

Nie wystarcza zatem biedz w zawód, ale jeszcze potrzeba biedz, iżby zakład otrzymać (Kor. 9.24.) to jest nagrodę zwycięztwa.

Jęliście się pługa, toście zaczęli dobrze; lecz teraz musicie jeszcze z bojaźnią i drzeniem sprawować zbawienie wasze. A dlaczego? — Ponieważ jeśli zacząwszy dobrze potem będziecie chcieli cofać się wstecz, aby powrócić do żywota niecnotliwego, wtedy Pan Bóg wykluczy was ze swego królestwa.

Nie myślcie, że teraz, kiedyście się rączo zabrali do służby Bożej, ustały pokusy; owszem przestrzega Duch święty (Syrach. 2. 1.): „Synu, przystępując do służby Bożej, przygotuj duszę swą na pokusę.“ Teraz bowiem nieprzyjaciele dusz waszych: świat, czart i ciało silniej uderzą na was, aby wam wydrzeć to, coście nabyli. Już Pan Jezus o tem przestrzegał (Łuk. 11. 24), iż djabeł wyrzucony z duszy człowieka, chodzi bez ustanku szukając sposobu aby znowu do niej wnijść, a nawet woła ku pomocy swoich towarzyszów; a jeśli mu się uda wnijść do niej, wtedy upadek onej duszy staje się większym, aniżeli był przedtem.

Zastanówcie się przeto, jakiej broni macie użyć, aby obronić się od tych nieprzyjaciół i zachować się w łasce Bożej. Ażeby nie dać się zmódz djabłu, nie ma innej broni nad modlitwę. Powiada święty Paweł (do Efez. 6. 12.): „Albowiem nie mamy biedrzenia (t. j: walki) przeciw ciału i krwi (t. j. przeciw ludziom), ale przeciwko książętom i władzom, przeciwko rządcom świata tych ciemności, przeciwko

duchownym złościom.“ Temi słowy zwraca nam uwagę św. Apostoł, iż do zwalczania tych potęg, nie mamy siły dostatecznej w sobie. Musimy tedy w tych wypadkach szukać pomocy u Pana Boga. Dopiero za pomocą Bożą możemy dokonać wszystkiego. Powiada św. Paweł (do Filip. 4. 13.): „Wszystko mogę w Tym, który mnie umacnia.“ A tej pomocy nie użycza Pan Bóg nikomu, tylko tym, którzy Go o nią proszą. O czem zapewnia wyraźnie Zbawiciel, mówiąc; „Proście, a otrzymacie.“ Nie mamy więc wiele dufać własnym postanowieniom; ale wszystką nadzieję naszą mamy położyć w Bogu. A jeślibyśmy ufność naszą położyli w samych sobie, wtedy zginęlibyśmy. Jeśli więc uderzą na nas pokusy czartowskie, wołajmy o pomoc do Boga, polecając się Panu Jezusowi i Maryi.

Pius X papież obecnie rządzący Kościołem nadał 300 dni odpustu tym, którzy wymawiają pobożnie słowa: „Jezus Marya.“ Osobliwie należy te słowa mówić, gdy uderzają na nas pokusy przeciw świętej czystości, ponieważ tego rodzaju pokusy są ze wszystkich najgroźniejsze i za pomocą nich czarci zwycięstwo odnoszą najwięcej. My sami ze siebie nie mamy mocy, aby zachować czystość, ale za pomocą Bożą możemy ją otrzymać. Już Salomon (Mądr. 8. 21.) mawiał: „A zrozumiawszy, żem inaczej nie mógł być powściągliwy, ażby Bóg dał.... szedłem do Pana i prosiłem Go.“ W takich razach należy natychmiast uciekać się do Jezusa i Maryi, wzywając często ich imion. Kto to uczyni, odniesie niechybnie zwycięstwo; kto zaś tego nie uczyni, zginie.

O Maryo, Matko wytrwałości, wyproś mi ten dar wielki miłości Bożej. Kto bowiem Boga nie miłuje, tego dusza umarła. „Kto nie miłuje, ten trwa w śmierci.“ Wyproś mi Matko Boża łaskę, abym Boga miłował zawsze nadewszystko i z Nim połączył się na wieki.

A teraz zastanówmy się, jak mamy zwyciężać świat. Jest wielkim wrogiem naszym czart, ale większym od niego jest świat. Gdyby czart nie pozyskał sobie ludzi złych (a właśnie ludzi źli są światem), toby nie odnosił tych zwycięstw, jakie odnosi. Zbawiciel nie tyle nas przestrzega, abyśmy chronili się czartów, ile przed ludźmi. U św. Mateusza (10. 17.) mówi: „Strzeżcie się ludzi.“ Albowiem często ludzie są gorszymi od szatanów, ponieważ szatani uciekają przed modlitwą i na wezwanie imion Jezusa i Maryi, ale źli towarzysze gdy kuszą do grzechu kogo, a ten wypowie jakie słowo duchowne, nie uciekają wcale lecz jeszcze więcej go kuszą i wyśmiewają go, przezywając go prostakiem, człowiekiem bez ogłady, i nicponiem; a gdy tego nie mogą powiedzieć, to nazywają go obłudnikiem i świętoszkiem. I dusze słabe, aby nie usłyszeć tych wyrzutów i pośmiewisk, łączą się z tymi sługami Lucyfera i powracają do grzechów.

Przyjacielu, bądź przekonany, iż jeśli chcesz żyć na świecie sprawiedliwie, będziesz od ludzi złych pogardzony i wyśmiewany. Powiada bowiem Duch święty (przyp. 29. 27.): „Niezbożni brzydzą się tymi, którzy są na prostej drodze.“ Kto źle żyje, ten nie może patrzeć na tych, którzy żyją tak, jak się należy. A dlaczego? — Ich bowiem życie jest nieustannym wyrzutem dla grzeszników. Źli chcieliby, ażeby wszyscy ich naśladowali i nie czynili im postępowaniem swojem wyrzutów. Kto służy Bogu, ten musi być wystawiony na ciągłe prześladowanie. Powiada św. Paweł (2 Tym. 3. 12,): „Wszyscy, którzy chcą pobożnie żyć w Chrystusie Jezusie, prześladowanie będą cierpieć.“ Wszyscy święci byli prześladowani. Któż był więcej świętym od Pana Jezusa? — a świat Go prześladował, aż do wytoczenia wszystkiej krwi z Niego na drzewie krzyża.

W tej sprawie nie ma drogi pośredniej, albowiem zasady światowe są wręcz przeciwne zasadom Chrystusa Pana. Co świat sobie wysoce ceni, to Pan Jezus nazywa głupstwem (1 Kor. 3. 19.): „albowiem mądrość świata tego, głupstwem jest u Boga.“ A znowu świat to nazywa głupstwem, co wysoce ceni Pan Jezus, jakoto: krzyże, boleści i zniewagi, „albowiem słowo krzyża tym, którzy giną, jest głupstwem, lecz tym, którzy zbawienia dostępują, jest mocą Bożą“ (1 Kor. 1. 18.). Atoli pocieszajmy się, iż jeśli źli nam złorzeczą i nas ganią, Bóg nam błogosławi i nas chwali: „oni będą złorzeczyć, a ty racz błogosławić.“ Przecież ci wystarczyć powinno, gdy pochwali cię Pan Bóg, Najświętsza Panna Marya, wszyscy Aniołowie i wszyscy Święci. Dopuśćmy więc mówić grzesznikom, co im się podoba, a my zaś starajmy się podobać Panu Bogu, który jest wdzięczny i wierny sługom swoim. Im na większe natrafimy przeciwieństwo, czyniąc dobrze, tem większą sprawimy Bogu radość i zyskamy większą zasługę. Wystawmy sobie, że na świecie jest tylko Bóg i my. Jeśli tedy źli ludzie nam urągają, polecajmy się Panu Bogu, a oraz dziękujmy Mu za światło nam udzielone, jakiego nie daje grzesznikom, i postępujmy naprzód swoją drogą. Nie wstydźmy się okazywać chrześcianami, bo jeślibyśmy

wstydzili się Jezusa Chrystusa, wtedy i On wstydzić się będzie nas na sądzie Bożym i nie postawi nas po prawicy swojej w on dzień straszny: „bo ktoby się wstydził mnie i słów moich, tego się Syn człowieczy wstydzić będzie, kiedy przyjdzie w majestacie swym i Ojcowskim i świętych Aniołów“ (Łuk. 9. 26.).

Jeśli chcemy się zbawić, musimy się zgodzić na cierpienia a nawet musimy sobie gwałt zadawać, „bo wązka jest droga, która wiedzie do żywota“ (Mat. 7. 14.) „Królestwo niebieskie gwałt cierpi, a gwałtownicy porywają je“ (Mat. 11. 12.). Kto sobie gwałtu nie zadaje, ten się nie zbawi. Tu nie ma innego ratunku: jeśli chcemy żyć sprawiedliwie, musimy koniecznie powściągać naszą naturę zepsutą; a osobliwie na początku musimy sprzeciwić się jej, aby wytępić nałogi złe w sobie a nabyć dobre, albowiem po nabyciu nałogu dobrego łatwo jest a nawet słodko zachowywać przykazania Boże. Powiedział Pan Jezus do świętej Brygidy: Kto ćwicząc się w cnotach znosi cierpliwie i mężnie pierwsze ukłucia cierniów, temu potem ciernie stawają się różami.

Uważ tedy pilnie, dobry chrześcianinie: Chrystus Pan to do ciebie teraz mówi, co rzekł niegdyś do paralifżem ruszonego (Jan 5. 14.): „Otoś się stał zdrowym, już nie grzesz, abyć się co gorszego nie stało.“ Pamiętaj tedy, mówi na to św. Bernard: jeśli będziesz mieć nieszczęście iż upadniesz, wiedz o tem, że ten upadek będzie większym, aniżeli wszystkie upadki, które się tobie kiedykolwiek wydarzyły. Biada tym, którzy wstąpiwszy na drogę Pańską, potem ją opuszczają: „Biada synowie zbiegowie“ (Izaj. 30. 1.). Ci będą ukarani jako przeciwnicy światłości: „Oni byli przeciwni światłości“ (Job. 24. 13.). Kara tych, którzy byli zaszczyceni od Boga wielkiem oświeceniem a potem stali się niewiernymi, będzie zatwardziałe zaślepienie i zakończenie życia w stanie grzechu: „A jeśli się odwróci sprawiedliwy od sprawiedliwości swej... izali żyć będzie? — wszystkie sprawiedliwości jego, które czynił, nie będą wspomniane... i w grzechu swym umrze“.

Na tę karę zasłużyłem już nieraz, albowiem światłością Bożą oświecony porzuciłem grzechy, a potem niezadługo powróciłem do nich. Dziękuję Ci, Boże, żeś raczył mnie nie opuszczać w tem zaślepieniu mojem. Jestem przeto wielce względem Ciebie zobowiązany, żeś w tem zaślepieniu mnie nie pozostawił. Odtąd „zmiłowania Pańskie śpiewać będę na wieki“. Odtąd, Panie, Ty będziesz jedyną moją miłością i mojem jedynem dobrem. Ojcze niebieski, błagam Cię przez zasługi Chrystusowe o wytrwanie ostateczne w łasce Twojej i Twojej miłości. Wiem, iż tyle razy mi wytrwania udzielisz, ilekroć o nie prosić będę. Ale kto mnie upewni, iż będę pamiętał, aby prosić o to wytrwanie? przeto proszę Cię, Boże, o wytrwanie w dobrem i o łaskę, abym o nie zawsze Cię błagał. O Matko Boża, Maryo, Tyś ucieczką, orędowniczką i nadzieją moją, wyjednaj mi przez Twoją przemożną przyczynę stateczność, abym zawsze prosił Boga o wytrwanie w dobrem do końca, proszę Cię o to na miłość Pana Jezusa.

Przystąpmy wreszcie do trzeciego wroga, który jest najgorszym ze wszystkich, to jest, do ciała; i zastanówmy się nad tem, jak mamy przed nim się bronić.

Najpierw, przez modlitwę, jak już o tem była wyżej mowa. Potem przez unikanie sposobności; i nadtem chcemy teraz pomyśleć. Naucza św. Bernardyn ze Sienny, iż radą największą z pomiędzy wszystkich rad jest unikanie sposobności do złego. Jednego razu szatan wyklęciem zniewolony wyznał, iż pomiędzy wszystkiemi kazaniami najbardziej nie podoba się djabłu kazanie o unikaniu sposobności. I słusznie, albowiem djabeł śmieje się ze wszystkich postanowień i obietnic, które czyni grzesznik skruszony, jeśli ten nie opuszcza sposobności do złego. Sposobność szczególniej w materyi rozkoszy zmysłowej jest jakby opaską rzuconą na oczy grzesznika, która nie pozwala mu widzieć ani postanowień uczynionych ani oświeceń danych ani prawd wiecznych, jednem słowem sprawuje, iż o wszystkiem zapomni i staje się jakby ślepym. Nieunikanie sposobności było przyczyną upadku naszych pierwszych rodziców, Adama i Ewy. Ewa powiada wyraźnie (Gen. 3. 3.): „Z owocu drzewa, które jest pośród raju, rozkazał nam Bóg, abyśmy nie jedli i nie dotykali się go, byśmy snać nie pomarli.“ Lecz niewiasta niebaczna „ujrzała, wzięła i jadła.“ Najpierw poglądała na owoc, potem wzięła go do ręki a wreszcie jadła. I sprawdziły się słowa Pisma świętego (Ekkl. 3. 27.): „Kto miłuje niebezpieczeństwo, w niem zginie.“

A powiada św. Piotr, iż szatan „krąży, szukając, kogoby pożarł.“ To jest szuka sposobności dogodnej dla siebie, aby mógł wniść do duszy człowieka. Jeśli dusza skłoni się do narażenia się na sposobność, wnet czart wchodzi do niej i ją pożera. Kto tedy pragnie się zbawić, powinien unikać nie tylko grzechu, ale i sposobności do niego.

Powiesz może: teraz odmieniłem sposób życia, i nie mam już żadnego zamiaru złego ku temu człowiekowi, ani nawet pokusy. Odpowiadam. Opowiadają, iż w Maurytanii żyje pewien rodzaj niedźwiedzi, które polują na małpy; małpy zobaczywszy niedźwiedzia, wyskakują na drzewa. Lecz niedźwiedź co czyni? Wyciąga się pod drzewem i udaje, że nie żyje. Ale skoro spostrzeże, że małpy zlazły z drzewa, łapie je i pożera. Tak samo czyni szatan: sprawuje, iż pokusa wydaje się jakby nie istniała, ale skoro człowiek narazi się na sposobność, wtedy wróg Boga i rodzaju ludzkiego ją budzi z uśpienia a zbudzona pożera nieszczęśliwą duszę. O ileż to dusz, które często się modliły, często przystępowały do Stołu Pańskiego i które mogły się nazywać świętemi, a naraziwszy się na sposobność stały się pastwą piekła!

Podają kroniki kościelne, iż jedna święta niewiasta, która zajmowała się pogrzebami męczeników, razu jednego natrafiła na ciało jednego, który żył jeszcze. Wzięła go do domu swego, gdzie wyzdrowiał. Lecz co się stało? — Wskutek bliskiej sposobności ci dwoje świętych najpierw postradali łaskę Boską a potem i wiarę.

Nakazał Pan Bóg prorokowi Izajaszowi (40. 6.) aby wołał w kazaniach swoich do ludu: „Wszelkie ciało trawa.“ Co rozważając św. Jan Złotousty mówi: „Czyż jest rzeczą możebną, ażeby trawa położona blisko ognia nie zgorzała?“ A za nim mówi św. Cypryan: „jest rzeczą niemożebną, stać wśród płomieni a nie gorzeć.“ A Jezajasz (1, 31.) mówi: „Będzie moc wasza jako perz z grzebi“ (czyli z kłaków) A Salomon (przypow. 6, 27.) pisze: „Izali człowiek może skryć ogień w zanadrzu swojem, aby nie gorzały szaty jego? Albo chodzić po rozpalonym węglu, aby się nie oparzyły nogi jego? Jest tedy głupcem ten który podaje się na sposobność do grzeszenia w mniemaniu, iż nie zgrzeszy. Należy tedy „uciekać przed grzechem jako przed wężem“ (Przyp. 21. 2.), to jest unikać nie tylko jego ukąszenia i dotykania, ale nawet zbliżenia się do niego.

„Ależ ten dom, powiesz może, ta przyjaźń pomaga wiele sprawom moim.“ — Lecz jeśli widzisz, iż przez ten dom idzie droga do piekła, nie ma innej rady, jak zdala trzymać się od niego. Boć mówi Pan nasz Jezus Chrystus (Mat. 5. 29.): Choćby ci był ów człowiek tak dogodny, jak prawe oko twoje, a widziałbyś, że jest przyczyną do twojego potępienia na wieki, „wyrwij go i zarzuć od siebie“ nie blisko, ale daleko zarzuć go od siebie, to znaczy, należy usunąć wszelką sposobność do grzechu.

Mawiał św. Franciszek z Assyżu, że czart kusi inaczej osoby duchowne, które się oddały Panu Bogu, a inaczej znowu kusi źle żyjących; i tak z początku nie stara się aby je powiązać powrozem, ale zadawalnia się jeśli je może związać jednym włosem, potem nitką, potem sznurkiem nareszcie powrozem i tak skrępowanego ściąga na koniec do grzechu. Kto więc chce ochronić się od tego niebezpieczeństwa, niech zaraz od początku zrywa wszystkie sposobności; a zwłaszcza gdy podlegał kiedyś nałogowi grzechu nieczystego, nie wystarcza unikać sposobności najbliższych, ale powinien unikać nawet dalekich.

Kto pragnie tedy rzetelnie zbawić duszę swoją, musi koniecznie nieustannie oświadczać Panu Bogu iż pod żadnym warunkiem niechce odłączyć się od Niego, mawiając często: „Niech utracę wszystko, byle nie utracić Boga.“ Atoli nie wystarcza postanowienie mocne i oświadczanie się do służby Bożej; potrzeba jeszcze używać następujących środków: 1. unikać sposobności do grzechu; 2. przystępować często do Sakramentu pokuty i do Stołu Pańskiego. Jeśli w domu jakim często się zamiata, tam nie ma brudów. Przez spowiedź dusza utrzymuje się w czystości sumienia, otrzymuje odpuszczenie grzechów i zyskuje pomoc ku zwalczaniu pokus. Przez Komunię świętą, która się nazywa „chlebem niebieskim,“ dusza utrzymuje się przy życiu i zapewnia sobie żywot wieczny. Ona jest lekarstwem oczyszczającem nas od zmazy grzechów powszednich a chroni nas od upadków w grzechy śmiertelne. Tak naucza Sobór Trydencki. 3-cim środkiem jest modlitwa myślna czyli rozmyślanie.

Są dwie główne rzeczy w rozmyślaniu: 1.) czynić odpowiednie do stanu duszy postanowienie i 2.) prośba do Pana Jezusa i do Naśw. Matki Jego przez zasługi Zbawicielowe czyniona, aby Bóg raczył dać łaskę wprowadzenia w czyn tych postanowień. Bez tych dwuch warunków rozmyślanie nie przyniesie żadnego owocu na żywot wieczny. Powiada pismo święte (Ekkl. 7. 40.): „Pamiętaj na ostatnie rzeczy Twoje a na wieki nie zgrzeszysz.“ Ojcowie zaś i doktorowie Kościoła radzą obok rzeczy ostatecznych także rozmyślać życie Pana Jezusa i mękę Jego. Rozmyślanie takie oświeca nas: „przystąpcie do Niego, a oświecajcie się“ Ps. 33. 6., to jest, Bóg na myślnej modlitwie przemawia do nas i daje nam zrozumieć, czego mamy unikać a co czynić: „zawiodę

ją na puszczę, i będę mówił do serca jej“ (Ozeasz 2. 14.). Rozmyślanie jest także onym błogosławionem ogniskiem, w którem rozpala się miłość Boska: „w rozmyślaniu moim rozpalił się ogień“ (Ps. 38. 4.). A wreszcie aby zachować się w łasce Bożej, jest niezbędnie konieczną rzeczą modlić się bez ustanku i prosić o łaski, których nam potrzeba: kto zaś nie odprawia rozmyślania ten z trudnością modli się, a nie modląc się, zgubi się z pewnością.

Musimy więc używać środków do zbawienia i prowadzić życie prawdziwie pobożne. Wstawszy rano, czyńmy akty dziękczynienia, miłości, ofiarowania się i mocnego postanowienia z prożbą do Pana Jezusa i do Matki Jego, aby raczyli onego dnia zachować nas od grzechów. Potem odprawmy rozmyślanie i słuchajmy Mszy świętej. Przez dzień zaś odprawmy czytanie duchowne, nawiedzajmy Najśw. Sakrament i obraz Matki Boskiej. Wieczorem odmawiajmy różaniec i odprawiajmy rachunek sumienia. Przystępujmy kilka razy w tygodniu do Kumunii świętej stosownie do rady przewodnika duchownego, którego należy zawsze słuchać. Dobrze byłoby także odprawić w jakim domu zakonnym ćwiczenia duchowne. Również potrzeba jeszcze uczynić szczególniejszą jaką przysługę najświętszej Matce Bożej, np. poszcząc w soboty. Ona zowie się bowiem matką wytrwałości i temu ją obiecuje, który Jej służy: „Którzy przez mię sprawują, nie zgrzeszą.“ (Ekkl. 24. 30.) Oprócz tego wszystkiego potrzeba jeszcze prosić zawsze o święte wytrwanie, a osobliwie wśród pokus, wzywając często imion Jezusa i Maryi.

Jeśli to czynić będziecie, zbawicie się z pewnością.

W obronie powściągliwości.

(Dokończenie).

„Nawiązując do ostatnich zdań rozdziału poprzedniego przypominamy, iż bardzo wielu lekarzy podziśdzień głosi już zdanie, iż znaczna, może przeważna część chorób i dolegliwości ludzkich pochodzi od zbytniego objadania się! Dlatego też i tacy nawet lekarze, którzy nie zalecają postów zupełnych, zalecają zmniejszanie pożywienia jako kurację w wielu chorobach! W tej myśli pisał o rzeczy *Dr. Martin* w Fryburgu w Bryzgowji, nazywając rzecz „kuracją niedostatecznem pożywieniem“. Kuracja ta zdaniem rzeczonego badacza zaleca się dlatego, że i najsłabszy pacjent wytrzymać ją może, że nie naraża na złe skutki poboczne nieostrożnego wygładzania się, że jest przyjemna, niewstrętna nikomu.

Bądźcobądź doświadczenia dotychczasowe z kuracją jak ją n. p. stosują w zakładzie *Dr. Tarnawskiego* w Kosowie we wschodniej Galicyi, upoważniają nas do twierdzenia, że kuracje te stosowane umiejętnie i ostrożnie, stanowić będą coraz ważniejszy czynnik leczniczy!

Na zakończenie niech nam wolno będzie wskazać na ważność szczególną, jaką mają dla naszego społeczeństwa najnowsze doświadczenia i stwierdzenia lekarzy o pożyteczności poszczenia względnie półpostu i wstrzemięźliwości w jedzeniu: toż nas właśnie pragną wrogowie niejako ogłodzić, starając się powstrzymać, skrępować nasz rozwój materjalny! Broniąc się przeciwko ich zamysłom pamiętajmy, że snadniej zdołamy się obronić, gdy zerwiemy z przesądem, że jedynie obfite spożywanie mięsa i częste jedzenie utrzymuje siły w człowieku, gdy pamiętać będziemy, że wstrzemięźliwość w jedzeniu czyni człowieka energiczniejszym, rzutniejszym!

Niechże wrogowie nasi naogół trzymają się starych systemów odżywiania, dawnych przesądów — my korzystajmy z doświadczeń badaczy dla dobra jednostek oraz społeczeństwa! Winniśmy tem więcej z tego korzystać, że obecnie przeżywamy niejako okres „siedmiu lat tłustych“ pod względem gospodarczym — skoro już teraz drożyzna środków spożywczych daje się niemile weznaki wszystkim mniej zamożnym, cóż dopiero będzie, gdy wstąpimy w okres 7 lat chudych?! — Niechże nas te lata nie zaskoczą nieprzysposobionych. — Starajmy się pomnażać źródła dochodów, ale zarazem korzystajmy z doświadczeń powyżej wyłuszczonych, ażeby umiejętnie się odżywiać, nie wydawać po próżnicy wielkich sum na pokarmy obciążające ustrój, ale bynajmniej do utrzymania zdrowia i energji życiowej nie potrzebne! Ćwiczmy się w godziwej wstrzemięźliwości, a zachowamy sobie i mięśnie zdrowe i siły ducha potrzebne do przetrwania okresów materjalnego i moralnego ucisku!“

Streściwszy lekarską rozprawkę podaną w 2, 3 i 4 numerach miesięcznika „Przewodnik zdrowia“ pod tytułem: „Pościć — ale jak i poco?“ dodać muszę z własnego doświadczenia, że powściągliwość i praca przez Towarzystwo tej samej nazwy propagowana od kilkunastu lat i zastosowana w wychowaniu sierót i ubogiej młodzieży wydała i wydaje najlepsze rezultaty w rozwoju duchowym, umysło-

wym i fizycznym młodzieży i wychowawców, którzy się poświęcają sierotom w zakładach Towarzystwa. Sam na sobie doświadczyłem smutnych skutków systemu lekarzy „dobrego odżywiania“. Kiedym zaniemógł wskutek przepracowania, zamiast dać odpoczynek organizmowi wyczerpanemu nadmierną pracą, skazano mnie na przepracowanie narządów trawienia. Wmawiano mi wciąż potrzebę dobrego odżywiania się dla wzmocnienia i tym sposobem skazano na obciążanie organizmu zbytkiem pożywnych substancyi, których on sobie nie mógł przyswoić. Wskutek tego następowały choroby czyli samozatrucie organizmu, niedołęstwo fizyczne, przygnębienie duchowe, ociężałość umysłowa i nastąpiłaby przedwczesna śmierć, a przynajmniej niezdolność do poważniejszej pracy, gdyby Opatrzność Boska nie skierowała tam, gdzie na zdrowych zasadach Chrystusowej nauki w powściągliwości i pracy nietylko sieroty i młodzież opuszczoną wychowują, lecz odnawiają wszystko w Chrystusie. Przez wychowanie bowiem tych wydziedziczonych niewolników XX wieku całemu społeczeństwu i narodom wskazany jest sprawdzian i droga do rozwiązania kwestyi socyalnej, do odrodzenia i wyzwolenia.

Jeżeli się zważy że 3/4 ziemi w Galicyi i 43000 gospodarstw włościańskich, prawie cały przemysł i handel jest w rękach obcych nam wiarą i językiem ludzi i że ziemia na wsi a kamienice po miastach wciąż przechodzą w obce ręce, to przybędzie jeszcze jeden argument stwierdzający, że w naszych stosunkach, tylko powściągliwością i pracą możemy utrzymać co posiadamy i odzyskać cośmy stracili, jeżeli nie chcemy na własnej ziemi być helotami, co się równa zgubie kraju własnego. Powściągliwość i praca, pojęta w rozumieniu Towarzystwa, jest jedyną deską ratunku dla Polski. *N.*

Jak się pijaństwo mści
na dzieciach, wnukach i prawnukach.

Dużo pewno, kochani czytelnicy słyszeliście o szkodliwości alkoholu czy to na zebraniach towarzystw, czy też czytaliście o tem w gazetach lub pismach. Ale niezawodnie żaden z was nie przypuszczał nigdy, jak strasznie mści się, już nie mówiąc pijaństwo nałogowe, lecz zwyczajne częste używanie alkoholu nawet bez upijania się nie tylko na samym używającym, ale także na jego dzieciach, wnukach i prawnukach. Posłuchajcie oto o pewnej rodzinie, której dzieje zastraszającym są dowodem zabójczej siły alkoholu. — Pierwsze pokolenie owej rodziny żyło w dostatku i w pomyślnych warunkach. Mąż i żona bywali często w towarzystwach, na wieczorkach, przyczem nie brakło okazyi częstej do picia wina, likierów itp. Z małżeństwa tego pochodziły dwie córki, które od młodości wielki zdradzały pociąg do upajających trunków. Starsza po licznych występkach umarła w 40 roku życia na obłęd pijacki. Druga wyszła za bogatego bankiera; ale ponieważ zbyt często zaglądała do kieliszka, w 35 roku życia dostała pomieszania zmysłów. Miała ośmioro dzieci: dwóch chłopców i sześć dziewcząt. Synowie stali się nałogowemi pijakami. Pięć córek umarło na suchoty między 20 a 35 rokiem życia. Pozostała córka wyszła za człowieka majętnego, który wina i piwa używał ale umiarkowanie. Żona była rozrzutną, skończyła w obłędzie jako pijaczka, oddana nadto nałogowi palenia opium (wyskok z maku, rosnącego w Azyi wschodniej, który palony w tytoniu, upaja gorzej od alkoholu). Z małżeństwa tego narodziło się siedmnaście dzieci, które tworzą już czwarte pokolenie. Z tych dziesięcioro umarło na suchoty jeszcze przed ukończonym 15 rokiem życia. Z siedmiorga pozostałych najstarsza córka była śpiewaczką w kawiarni, prowadziła życie rozwiązłe, skończyła jako pijaczka. Druga okazywała skłonność do suchot płucnych. Następny syn pił umiarkowanie, ale usiłował sobie kilka razy życie odebrać. Czternasty z rzędu, pijak i morfinista, (człowiek używający nałogowo morfiny, środka podniecającego), umarł w 35 roku życia z powodu zatrucia się morfiną, której w stanie napiłym za wielką dawkę zażył. Piętnasta wyszła szczęśliwie za mąż ale zaczęła pić i podlegała często pokusom samobójczym. Szesnasty syn w 23 roku był już skończonym pijakiem, w 24 opuścił żonę i dzieci, a mając lat 28, samobójstwem zakończył swój nieszczęśliwy żywot. Siedmnasty wreszcie, w 21 roku już zupełnie podupadły, prześladowany wciąż myślą samobójstwa, w nędzy skończył.

O jakaż to straszna litania! A to jeszcze nie koniec, dalsze doświadczenia, gdyby je można dalej przeprowadzić, wykazałyby zapewne jeszcze większą przepaść tej nędzy, i zwyrodnienia, które z ojca na syna przechodzi, a zamiast niknąć, coraz to straszniejsze przybiera rozmiary.

I któż tu zawinił? Czyż możliwą byłaby ta okropna nędza, gdyby tym biednym dzieciom

nie był niejako wszczepiony od rodziców pociąg do napojów wyskokowych, gdyby nie były poczęte przez ojca pijanicę lub w stanie napitym, gdyby nałogu nie były wyssały z mlekiem matki pijaczki?

A zatem precz z wódką ze wszystkich rodzin waszych! Przykład powyższy niechaj będzie przestrogą nie tylko dla tych, którzy nazbyt często do kieliszka zaglądają, ale także dla tych, którzy to często lubią tylko „wstępować na jednego“. Oby wam później dzieci wasze zwyrodnione i podupadłe nie były przez całe życie strasznym wyrzutem sumienia za grzechy wasze!

Ile wódka kosztuje ludzkość?

Na to pytanie trudno byłoby odpowiedzieć. Ale można je rozstrzygnąć częściowo, t. j. odnośnie do niektórych krajów:

Słynny ekonomista francuski Rochard zrobił obliczenie takie dla Francyi w r. 1886. Uwzględniając obok cen alkoholu wartość straconych przez pijaństwo dni pracy, koszta leczenia alkoholików i popełniane przez nich zbrodnie, autor ten podał jako roczną stratę 1,138,980.600 franków. Najpoważniejszą pozycyę w tym rachunku stanowi wartość straconych przez pijaństwo dni roboczych — przeszło 960 milionów franków. Rochard wyprowadził tę liczbę opierając się: 1) na przypuszczeniu, że wartość pracy dziennej wynosi minimum 2 franki, 2) na fakcie, że dawka alkoholu odbierająca na jeden dzień zdolność do pracy wynosi 0,2 litra, 3) na przypuszczeniu, że dwie trzecie konsumentów upija się do tego stopnia; 4) na całorocznej ogólnej konsumpcyi.

Obliczenie to uważa za nieścisłe i o wiele niższe od rzeczywistości Fr. Riemain. Największa różnica polega na tem, że Rochard odliczał cenę alkoholu, a nie szynkownianą cenę wódki na kieliszki. Riemain wywiódł rachunek następujący:

Wartość wypitej wódki wynosi 1,200,000.000 fr.; wartość dni roboczych, straconych wskutek pijaństwa 960,000.000 franków; wartość życia ludzkiego, zniszczonego przez gruźlicę alkoholowego pochodzenia 400,000.000 franków; wartość dni roboczych zużytych na produkcyę wódki 360,000.000 franków; koszta leczenia i bezczynności chorych alkoholików 70,000.000 franków; koszta administracyjno-sądowe w wypadkach zbrodni, samobójstw itp. wykroczeń alkoholików, 10,000.000 franków. Razem 3,000,000.000 franków.

Rachunek ten dokładniejszy wprawdzie od rachunku Rocharda, jest jednak bardzo daleki od ścisłości. Mówiliśmy tu np. tylko o gruźlicy, a nic o innych śmiertelnych chorobach, stanowiących również częste następstwo alkoholizmu; o straconych dniach roboczych, ale nic o mniejwięcej ogólnej wartości pracy alkoholików; o kosztach postępowania kryminalnego przeciw alkoholikom-zbrodniarzom, nie wspominając o szerzonej przez nich demoralizacyi, mającej również swój odpowiednik materyalny. Trzeba też podkreślić raz jeszcze, że rachunek uwzględniał wyłącznie wódkę, nie poruszając zupełnie kwestyi nadużywania wina, jabłecznika itp. lżejszych spirytualiów mających mniejsze, ale niewątpliwe też poważne znaczenie. Trzymiliardowa suma obliczonych rocznych strat, musi być stanowczo znacznie niższą od sumy strat rzeczywistych; aby jednak zrozumieć znaczenie tej nawet minimalnej wartości, trzeba zaznaczyć, że jest ona tylko o pół miliarda niższą od ogólnej sumy podatków płaconych przez kraj, — że więc wytępienie alkoholizmu miałoby dla Francyi większe jeszcze ekonomiczne znaczenie od zniesienia wszystkich podatków.

Według najnowszych obliczeń niemieckiego urzędu statystycznego wartość piwa, wódki i wina, wypijanych corocznie w Niemczech, wynosi prawie 3 miliardy marek, czyli przeszło dwa razy tyle, co wydatki na armię i flotę, przeszło cztery razy tyle, co wydatki na upezpieczenie robotników, prawie pięć razy tyle, co wydatki na szkoły ludowe. Liczba ta, nie uwzględniająca zresztą np. szynkownianych cen wódki i nie dająca się ściśle porównywać z pierwszą pozycyą wódczanego wyłącznie rachunku Riemaina, daje jednak pojęcie o wstrzemięźliwych stosunkach w Niemczech co najmniej równie opłakanych, jak we Francyi.

Alkohol przyczyną śmierci.

Według ogłoszonych świeżo obliczeń urzędowych szwajcarskiego biura statystycznego zaszły w roku 1909 w Szwajcaryi 482 wypadki śmierci wskutek alkoholu (w liczbie zmarłych było 407 mężczyzn i 75 kobiet). Ponieważ w tym roku umarło ogółem 5033 mężczyzn, wypadki wskutek alkoholu u mężczyzn stanowiły 8, 1 proc. ogólnej liczby. Wynika stąd, że każdy 12 mężczyzna dorosły w Szwajcaryi umarł wskutek

alkoholu. W innych latach procent ten był jeszcze większy, wahając się od 9—10. Liczby te nie wyczerpują jednak zupełnie roli alkoholu w tym względzie, bo w obliczeniu powyższym uwzględnia się tylko wyraźnych alkoholików, nie licząc tych tysięcy wypadków gdzie używanie alkoholu pośrednio lub bezpośrednio przyczyniło się do skrócenia życia, nie wywołując jeszcze wyraźnych objawów zewnętrznych, dostrzegalnych dla lekarza.

Alkohol a zbrodnie.

Rzecz to aż nazbyt znana i poparta setkami statystyk i orzeczeń wybitnych fachowców, oraz spostrzeżeniami z życia codziennego, że używanie napojów upajających jest najgłówniejszem bodaj źródłem przestępstw i zbrodni. Nowym ciekawym dowodem na to są wieści, jakie dochodzą nas z Anglii. W końcu października r. ub. odbyło się w Londynie wielkie zebranie, na którem przemawiał angielski minister skarbu, Mr. Loyd George, na temat: Alkoholizm a reformy społeczne. W przemówieniu swem zaznaczył on, że zdaniem jego nie rozwiąże się zadowalająco kwestyi społecznej bez poprzedniego usunięcia alkoholizmu. Wszystkie rozprawy i dyskusye parlamentarne, a nawet prawa wydane dla ochrony robotników i polepszenia ich bytu nie przyczynią się do zaradzenia ich nędzy i podniesienia ich moralnego, dopóki będzie istniał dzisiejszy przemysł alkoholowy, doprowadzający systematycznie warstwy pracujące do ubóstwa, oraz zwyrodnienia fizycznego i moralnego. Szczegółowiej rozwiódł się minister nad wpływem alkoholizmu na mnożenie się przestępstw, przytaczając na dowód swych twierdzeń zdania wybitnych prawników i sędziów angielskich w tej kwestyi. Lord Sorell n. p., były prezydent wydziału dla spraw testamentów, rozwodów i marynarki, twierdzi, że gdyby nie pijaństwo, to możnaby zamknąć sąd rozwodowy prawie na zawsze. Lord Chief Justice zaś (najwyższy sędzia w Anglii) orzekł w r. u., że na podstawie długoletniego swego doświadczenia 90 proc. wszystkich przestępstw, popełnianych w Anglii, uważa za skutek alkoholizmu. Wreszcie jeden z najwybitniejszych obecnie sędziów angelskich, Mr. Darlnig, zapytany przez ministra o swe zdanie w tym względzie, odpowiedział co następuje:

„Wszystkie prawie zbrodnie przeciwko zdrowiu i życiu obywateli, włącznie z przestępstwami wobec kobiet i dzieci, a więc wszystkie prawie zabójstwa, napaście, gwałty, niebezpieczne poranienia i t. d. są skutkiem alkoholizmu. Oprócz tego zaś także wielka ilość przestępstw przeciwko czci powstaje z tejże przyczyny, choć są one nie tak ściśle związane z alkoholizmem“.

Kto zatem pragnie na seryo poprawy bytu warst pracujących, a szczególnie podniesienia ich poziomu moralnego, powinien przedewszystkiem zabrać się do walki z napojami alkoholowymi.

Wyludnienie we Francyi.

Przyczyna tego między innemi: alkoholizm.

Czasopismo francuskie: „Foi et Vie“ zamieszcza bardzo pouczający artykuł lekarza Dr. Perrie'a. Podczas gdy wszystkie państwa europejskie poszczycić się mogą wielkim przyrostem ludności, w ostatnich latach (Włochy od 1875 do 1906 r. wzrosły z 27 milionów ludności do 32³/₄ mil., Anglia 32³/₄—41¹/₂ mil., Austrya 37—50 mil., Niemcy 41—68 mil.), to Francya coraz więcej się cofa. (36¹/₂ mil. tylko na 38 mil.)

W r. 1789 miała ona jeszcze 24% całej ludności Europy, dzisiaj tylko 14%, a więc w tym czasie o 10% się wyludniła. Liczba urodzeń od r. 1866—1906 (40 lat) spadła z 1,007.000 na 807.000. A w ostatnim roku nawet liczba wypadków śmierci przewyższa o 51.000 liczbę urodzeń.

Wcale a wcale nas nie dziwi, że Dr. Perrier przyczynami tego dla Francyi tak smutnego zjawiska wylicza także *alkoholizm,* i to *na pierwszem* miejscu. Alkohol bowiem degeneruje rasę, to znaczy, że psuje z czasem w poszczególnych rodzinach ich dziedziczną tężyznę i taka rodzina marnieje, a nakoniec wymiera. Alkohol powiększa śmiertelność, a zarazem zmniejsza zdolność zapłodnienia — wogóle płodność.

Także śmiertelność dzieci jest we Francyi znacznie większa, niż w Anglii i w Niemczech — płód już w łonie matki zatruty! W r. 1904 z ogólnej liczby 761.000 śmierci umarło 418.000 osób ponad 50 lat życia, 225.000 osób od 1—50 roku życia, a dzieci od 0—1 roku życia 118.000.

Wobec takich liczb — wszelkie uniewinnienie alkoholizmu jakie wydaje się błahe!

Ofiary na zakłady dzieci opuszczonych „Powściągliwości i Pracy“.

P. M. Kępińska Zakopane 5 k., p. Dr. Stanisław Kozak Kraków 20 k., Ks. Michał Gardziel Sieklówka 10 k., p. Sabina Byliniaka Lwów 10 k., Kasa Oszczędności w Żywcu 20 k., Kl. Tomasz Biegoński Ochard Lake 1 dolara., p. J. Żemiecki Milwaukee 3 dolary p. Wanda Lorschowa Stanisławów 2 k., Magistrat Miasta Jarosławia 50 k., p. Franciszek Kumor Maków 4 k., p. Jakób Kras Breń 5 k., Kasa Zaliczkowa w Tuchowie 100 k., Magistrat Miasta Przemyśla 100 k., p. Józef Kalus Chorzów 8 M.; Młodzież ze Siennowa 5 k., p. Włodzimierz Maryański Stanisławów 5 k., p. Józef Nowak Chobienica 14 k 70 h., p. Kajetan Dręk z Ameryki 5 k 30 h., Wydział powiatowy Dąbrowa 50 k.; p. Eugenia Bogdalska Koropuż 3 k.; p. Ludwika Kozłowska Lwów 5 k.; p. Zofia Magdówna Lwów 15 k.;

P. T. Członkom i Dobrodziejom Towarzystwa naszego niech Pan Jezus zapłaci stokrotnie w tem i drugiem życiu za złożone ofiary.

Czcionkami Drukarni Towarzystwa „Powściągliwość i Praca“ w Miejscu Piastowem.
Zarządca Drukarni i odpowiedzialny za redakcyę Stanisław Trojan.